

**О. А. Короткевич**

Факультет психологии и педагогики,  
кафедра социальной и педагогической психологии

## **РОЛЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПСИХОПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ С ВДА**

За последние годы в жизни общества произошло коренное изменение роли и места информационных технологий. Человек, умело владеющий ИК технологиями, развивает иной стиль мышления, совершенно по-новому организует свою деятельность, иначе оценивает возникающие проблемы. Одним из приоритетных направлений процесса информатизации современного общества является информатизация психологического просвещения, обеспечивающая широкое внедрение в практику психолого-педагогических разработок, направленных на интенсификацию процесса информирования населения, совершенствование форм и методов организации процесса психологического просвещения, обеспечивающих переход к умению самостоятельно приобретать и использовать на практике новые знания.

Возрастающий темп развития средств коммуникации ведет к тому, что человек все больше информации получает через Интернет. Создается новое информационное пространство, в которое включается все больше и больше людей. Вследствие этого появляется целый спектр возможностей для просвещения и информирования людей. Больше всего пользователей Интернетом в сегменте от 16 до 29 лет – это 66,2 % от общего количества всей молодежи. Всего в Беларуси используют интернет 31,8 % населения старше 16 лет, что составляет около 2,5 миллионов человек [1]. Учитывая, что к категории взрослых детей алкоголиков можно отнести юношей и девушек 18–22 лет, а также молодых людей до 30 лет, можно с уверенностью сказать, что именно эта категория является наиболее активными потребителями информационных ресурсов в сети Интернет.

Проблема злоупотребления алкоголем является одной из наиболее актуальных как для стран СНГ, так и для многих европейских государств. По данным Всемирной организации здравоохранения Беларусь занимает 11-е место по потреблению чистого этилового спирта на человека. По состоянию на 1 июля 2013 г. каждый 54-й житель нашей страны состоит на учете в диспансере как больной алкоголизмом [2]. Семьи с алкогольной зависимостью являются дисфункциональными: члены семьи не уделяют внимания друг другу; их жизнь отличается непостоянством и непредсказуемостью; отношения – ригидны и деспотичны; значительное место в правилах семьи занимают

запреты на свободное выражение потребностей и чувств; члены семьи отрицают реальность алкогольной проблемы и тщательно скрывают неприятный «семейный секрет» [3, с. 17]. В алкогольных семьях зачастую проявляется физическое и психологическое насилие, как в отношении созависимого родителя, так и в отношении детей.

Взросление в алкогольной семье приводит к усвоению детьми ролей и моделей поведения, которые в большинстве случаев не соответствуют социально приемлемым вариантам. В результате пережитых в алкогольной семье острых и хронических психологических травм, перманентного игнорирования личностных потребностей, педагогической запущенности, нарушения взаимоотношений со значимыми взрослыми (родителями) у взрослеющих детей формируется синдром взрослого ребенка алкоголика (ВДА). С. Соболевская-Меллибруда определяет синдром ВДА как комплекс устоявшихся личностных (познавательных, эмоциональных, поведенческих и интерперсональных) схем социально-психологического функционирования, сформировавшихся в детстве в алкогольной семье, которые затрудняют адаптацию личности в социуме и развитие новых черт [4, с. 12–13]. Юноши и девушки с синдромом ВДА испытывают сложности в установлении и развитии близких отношений (дружеских и интимных) с другими людьми, включая сверстников. Для них характерны сложности в определении и реализации собственных потребностей и открытом проявлении эмоциональных переживаний. Наиболее часто у них наблюдаются такие негативные изменения эмоциональной сферы, как депрессивность, раздражительность, личностная тревожность. Низкая самооценка и иррациональные убеждения («Меня нельзя полюбить», «Я не достоин внимания других людей» и др.) не позволяют молодому человеку развивать длительные близкие взаимоотношения.

В первую очередь, для алкогольных семей свойственна такая особенность, как недостаток информации. Как сами родители, так и их дети не имеют достаточно полной информации о том, как функционируют здоровые семьи. Обостренное чувство стыда и потребность избежать унижений со стороны окружающих порождает у созависимых гипертрофированное желание сохранить «имидж», иллюзию семейного благополучия. Семья закрывается от других, остается один на один со своей проблемой. Именно поэтому алкогольные семьи условно называют «семьи, хранящие секрет». Интернет-просвещение позволяет получить достоверную информацию о психологии семейных взаимоотношений в функциональных, «здоровых» семьях.

Во-вторых, сформированная в алкогольных семьях система табу («Не выноси сор из избы!», «Не говорите никому, или мы будем опозорены»

и т. д.) делает семью сверхзакрытой системой, сокращая до минимума её внешние коммуникации, отсекая от себя все источники влияния и помощи извне. В таком случае именно Интернет-технологии могут стать своеобразным «окном» в социум и могут помочь разрушить эти психологические барьеры.

В-третьих, в химически зависимых семьях существует закон жизни: «Если ты не позаботишься сам о себе, то никто о тебе не позаботится». Детям становится ясно, что у родителей не остается для них ни душевных, ни физических сил. Это обстоятельство приводит к формированию выученной беспомощности, неверия в возможность что-либо изменить в своей жизни и в жизни близких людей. Взрослые дети-алкоголики часто просто неспособны попросить о помощи.

В-четвертых, часто для взрослых детей алкоголиков характерна такая черта, как «ореол уникальности». Вырастая в атмосфере эмоциональной нестабильности и перманентных стрессов, они начинают верить, что никто не способен их понять и разделить с ними тяжелые воспоминания. В таком случае Интернет как современное средство коммуникации является оптимальным инструментом для поиска единомышленников.

Однако влияние современной информационно-коммуникативной среды на формирование идентичности юношей и девушек амбивалентно. С одной стороны, свободный доступ к разнородной информации может привести к размыванию, реконструкции существующих идентичностей, с другой – интернет-коммуникация объединяет молодых людей со сходными проблемами, увлечениями, предпочтениями и воспоминаниями, формируя тем самым чувство принадлежности к конкретному сообществу. Это чувство, как и самовосприятие, является индивидуальным, личным, развивается со временем по мере взаимодействия с другими людьми и с учетом социокультурного контекста. В этих рамках позитивное виртуальное взаимодействие может дать каждому участнику возможность измениться на основе более глубокого понимания себя и других. В результате каждый из слоев юношеской субъективной реальности (самоидентичность, групповая идентичность, более широкий контекст) влияет на другой, образуя постоянный процесс дискурсивного обмена между «внутренним» (субъективным) и «внешним» (социокультурным) слоями опыта.

Исследуя возможности использования Интернет-просвещения, можно выделить свойства Интернета, которые делают его незаменимой ресурсной средой: анонимность, возможность устанавливать «псевдоконтакты» с единомышленниками, право контролировать взаимодействие и большой шанс легко найти себе подобных людей. Кроме того, Интернет-средства имеют такие уникальные характеристики,

как глобальность (доступ к информации со всего мира); децентрализованность; отсутствие контроля, который существует в других электронных СМИ (телевидение и радиовещание); открытость (низкие барьеры к доступу, низкую стоимость создания и распространения информации); безграничность и интерактивность.

Таким образом, современные информационные технологии предоставляют многочисленные возможности использования их в просвещении взрослых детей алкоголиков. Психологическое просвещение является начальным, но наиболее важным этапом реализации модели оказания психологической помощи юношам и девушкам из алкогольных семей, помогающим осознать и принять факт наличия проблемы и решение об изменении своей жизни. Процесс просвещения позволяет выделить группу молодых людей, нуждающихся в более продолжительной и глубокой проработке сформировавшихся психологических проблем.

### **Литература**

1 Статистика: интернет в Беларуси / raskrutka.by [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.raskrutka.by/news/25739/>. – Дата доступа : 21.03.2015.

2 Беларусь – на первом месте в мире по потреблению алкоголя? Бесплатное лечение алкоголизма как альтернатива кодированию // Новости TUT.BY [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [news.tut.by/society/355764.html](http://news.tut.by/society/355764.html). – 2013. – Дата доступа 06.10.2014.

3 Кибальченко, И. А. Проблемы семьи, отягощенной алкогольной зависимостью / И. А. Кибальченко. – Ростов на/Д : Феникс, 2007. – 480 с.

4 Как компетентно помогать созависимым. Итоги обмена опытом специалистов из Беларуси, Германии и Польши / под ред. А. Бартник. – М. : Варшава. – 2010. – 78 с.